

Bulletin



1. Halbjahr 2019



Verein ZAK
Zäme aktiv Region Konolfingen
Kirchweg 10
3510 Konolfingen
www.zaeme-aktiv.org

Vorwort unseres Präsidenten

Nicht da ist man daheim, wo man seinen Wohnsitz hat,
sondern da wo man verstanden wird.

Christian Morgenstern

Liebe Leserin, lieber Leser,

Vor dreissig Jahren zügelten wir als Familie nach Konolfingen und wurden freundlich aufgenommen. Heute sind wir hier zu Hause und fühlen uns angenommen und verstanden. Dazu tragen Orte und Angebote bei, wo Begegnungen mit anderen möglich sind.

Nebst vielen anderen sind die Aktivitäten des Vereins ZAK „Zäme aktiv Region Konolfingen“ solche Begegnungsmöglichkeiten. Gerne informieren wir mit dem neuen Bulletin über die aktuellen Angebote im ersten Halbjahr 2019.

Im zu Ende gehenden Jahr 2018 waren wir wieder «gut unterwegs». Die Wanderungen und Stämme wurden rege besucht. Ich danke den Verantwortlichen für alles Organisieren und ihren Einsatz.

Aber auch Euch, geschätzte Leserinnen, Leser und Teilnehmende an unseren Anlässen, danke ich für Euer Interesse.

Im ZAK Vorstand gibt Fritz Rentsch nach 15 Jahren seine Verantwortung als Koordinator des Wanderleitungsteams weiter. Wir danken Res Brechbühl für die Bereitschaft, diese Aufgabe ab Neujahr zu übernehmen. Fritz wird noch hie und da eine Wanderung organisieren und leiten.

Es freut uns, dass mit Samuel Hagnauer die Stelle des Altersbeauftragten wieder kompetent besetzt werden konnte. Auf der zweitletzten Seite dieses Bulletins mehr zu ihm.

Auch diesmal möchte ich meinen Kolleginnen und Kollegen vom Vorstand für ihren grossen Einsatz danken. Ebenfalls der Einwohnergemeinde Konolfingen, der reformierten Kirchgemeinde und dem Frauenverein Konolfingen, die uns die finanzielle Existenz bis heute ermöglicht haben.

Ich freue mich über die Begegnung mit bekannten und neuen Gesichtern bei einem ZAK Anlass!

Für den ZAK Vorstand

Res Flückiger, Präsident

Vermittlungsstelle

Kirchgemeindehaus Konolfingen (Erdgeschoss)

Büro geöffnet jeweils Dienstags von 9 bis 11 Uhr, 031 790 00 32

Fahrdienste, Botengänge und Kommissionen
Kleine Ausfahrten, Begleitung zu Besuchen
Wohnungsbetreuung, Hausbetreuung
Einfache Hausarbeiten
Kleine Reparaturarbeiten, Handwerk
Gesellschaft leisten
Hilfe bei Computerfragen
Leichte Gartenarbeiten
Verkehr mit Behörden
Haustierbetreuung
Und vieles mehr

An allen anderen Wochentagen nimmt Vreni Gammenthaler, Leiterin der Vermittlungsstelle, unter der Telefonnummer 031 791 06 84, oder per Mail an gammi@zapp.ch, Ihre Anliegen gerne entgegen.

Die Arbeitsgruppe Senioren für Senioren besteht aus freiwilligen Helferinnen und Helfern, die sich für ältere Menschen einsetzen und ihnen mit diversen Dienstleistungen helfend zur Seite stehen.

Haben Sie einen Wunsch? Fragen Sie uns.

Als aktive Seniorinnen und Senioren sind wir flexibel und suchen zusammen mit Ihnen nach bestmöglichen Lösungen.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Für das Vermittlungsteam
Vreni Gammenthaler



Die Menschen sind da, um einander zu helfen, und wenn man eines Menschen Hilfe in rechten Dingen nötig hat, so muss man ihn dafür ansprechen. Das ist der Welt Brauch und heißt noch lange nicht betteln.

(Jeremias Gotthelf)

Wanderungen

Für alle Wanderungen gilt:

- Der jeweilige Wanderleiter gibt auf telefonische Anfrage gerne Auskunft über die geplante Wanderung
- Die Wanderungen finden bei jedem Wetter statt
- Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer
- Eine Anmeldung ist nicht erforderlich
- Unkostenbeitrag Fr. 5.-- pro Person
- Bahn- und Buskosten, sowie Einkehren gehen zu Lasten der Teilnehmer



Schlosswil - Gysenstein - Tägertschi

- Treffpunkt:** 12.45 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abfahrt: 13.00 Uhr nach Schlosswil
Rückfahrt: Ab Bahnhof Tägertschi
Wanderzeit: kurz ca. 1 Std. / lang ca. 2 Std.
Besonderes: Ausnahmsweise Rückfahrt ab Gysenstein mit PW möglich
Leitung: OK Gysenstein; Magdalena Wittwer, Ruth Ruef,
Res Brechbühl, 031 791 05 92, res@brechbuehl.ch



**Donnerstag
24. Januar 2019**

Bolligen - Ferenberg - Stettlen

- Treffpunkt:** 12.40 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abfahrt: 12.55 Uhr nach Worb SBB – Worb-Dorf - Bolligen
Rückfahrt: ab Stettlen - Worb - Konolfingen
Wanderzeit: ca. 1 ¾ Std.
Leitung: Magdalena Wittwer, 031 791 14 05,
magdalena.wittwer@bluewin.ch



**Freitag
22. Februar 2019**

Oberburg - Kirche - Pleerwald - Burgdorf

- Treffpunkt:** 12.45 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abfahrt: 13.00 Uhr mit Bahn nach Oberburg
Rückfahrt: ab Burgdorf mit der Bahn nach Konolfingen
Wanderzeit: ca. 2 Std.
Leitung: Fritz Rentsch, 031 791 03 61,
rentsch.kono@zapp.ch



**Dienstag
26. März 2019**

Wolhusen - Geiss - Menznau

Treffpunkt: 11.40 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abfahrt: 11.52 Uhr mit Bahn nach Wolhusen
Rückfahrt: ab Menznau - Konolfingen
Wanderzeit: ca. 2 Std.
Leitung: Christian Niederhauser, 079 222 70 41,
chr.niederhauser@gmail.com



Einigen - Hani - Wimmis

Treffpunkt: 11.45 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abfahrt: 12.01 Uhr mit Bahn und Bus nach Einigen
Rückfahrt: ab Wimmis nach Konolfingen
Wanderzeit: ca. 2 Std.
Leitung: Res Brechbühl, 031 791 05 92,
res@brechbuehl.ch



Escholzmatt - Tällenmoos - Schüpheim

Treffpunkt: 11.40 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abfahrt: 11.52 Uhr mit Bahn nach Escholzmatt
Rückfahrt: ab Schüpheim nach Konolfingen
Wanderzeit: ca. 2 ½ Std.
Leitung: Christian Niederhauser, 079 222 70 41,
chr.niederhauser@gmail.com



**Wandern macht den Kopf frei und erfüllt
das Herz mit Wertschätzung für die Natur.
Nur unterwegs erlebt man das Gefühl
märchenhafter Landschaften.**

Spielnachmittage

Wir treffen uns jeweils am letzten Mittwoch im Monat im Altersheim Kiesenmatte, Konolfingen, im Aufenthaltsraum im 1. Stock.

Wir spielen in einer lockeren Form bekannte und neue Karten- und Tischspiele.

Leitung: Susanne Brechbühl,
Telefon 031 791 05 92,
susanne@brechbuehl.ch



Mittwoch, 30. Januar 2019	14.15 – 16.15 Uhr
Mittwoch, 27. Februar 2019	14.15 – 16.15 Uhr
Mittwoch, 27. März 2019	14.15 – 16.15 Uhr

Singen



Ungezwungenes, gemeinsames Singen ist gut für Körper und Seele.

An folgenden Daten treffen wir uns jeweils am **Dienstag von 14.15 bis 15.30 Uhr** im Mehrzweckraum der Alterssiedlung Kiesenmatte.

Unkostenbeitrag Fr. 2.-- pro Nachmittag

Leitung: Annemarie Rentsch

Telefon 031 791 03 61, rentsch.kono@zapp.ch

08. Januar 2019	05. Februar 2019	05. März 2019
22. Januar 2019	19. Februar 2019	19. März 2019
02. April 2019	14. Mai 2019	11. Juni 2019
16. April 2019		25. Juni 2019
30. April 2019		

Altersbeauftragter Region Konolfingen



Im Rahmen des neuen Altersleitbildes der Region Konolfingen wurde in Zusammenarbeit mit der Pro Senectute Region Emmental-Oberaargau eine Teilzeitstelle "Altersbeauftragte/r" geschaffen.

Seit Juli 2018 ist Samuel Hagnauer als Altersbeauftragter im Amt. Er arbeitet bei der Pro Senectute Kanton Bern als Projektleiter in der Gemeinwesenarbeit (GWA) und ist nun neu als Altersbeauftragter regelmässig in Konolfingen und den angrenzenden Gemeinden Häutligen, Freimettigen und Niederhünigen

unterwegs. Er steht Ihnen für Anliegen im Altersbereich zur Verfügung. Nimmt Ihre Anregungen und Bedürfnisse entgegen und unterstützt Sie bei der Suche nach adäquaten Lösungsmöglichkeiten.

Das Büro des Altersbeauftragten ist auf der Beratungsstelle der Pro Senectute Konolfingen.

Kontakt

Samuel Hagnauer
Bernstrasse 1
Postfach 171
3510 Konolfingen
altersbeauftragter@konolfingen.ch
Telefon 031 790 00 10

Büro

Pro Senectute Emmental-Oberaargau
Beratungsstelle Konolfingen
Chisenmattweg 32
3510 Konolfingen
konolfingen@be.prosenectute.ch
Telefon 031 790 00 10

Weitere Informationen

Herzlichen Dank, wir sind neben den tatkräftigen, freiwilligen Arbeiten auch für jede finanzielle Unterstützung dankbar.

Wenn Sie finden, unsere Arbeit sei unterstützungswert, dann freuen wir uns auf Ihren finanziellen Beitrag:

PC-Konto Nr. 61-488937-5 oder IBAN CH15 0900 0000 6148 8937 5

Adressänderungen bitte an **Magdalena Rieben**, Hünigenstrasse 7, 3510 Konolfingen, Telefon 031 791 25 68 oder zak@konolfingen.ch. Bei ihr erhalten Sie auch zusätzliche Bulletins.

Senioren-Stämme



Wollen Sie interessante Menschen aus Konolfingen und der Region kennen lernen?

Unsere Gäste berichten über interessante Themen, ihren Beruf, ihr Hobby, ihre Freizeitgestaltung oder ihr Leben. Wir treffen uns jeweils am 2. Donnerstag im Monat. Freiwillige Kollekte zur Deckung der Unkosten

Donnerstag, 10. Januar 2019 um 14. 30 Uhr im Gasthof Kreuz
Unser Gast: **Susi Glauser**

Donnerstag, 14. Februar 2019 um 14. 30 Uhr im Gasthof Kreuz
Unser Gast: **Daniel Hodel**

Donnerstag, 14. März 2019 um 14. 30 Uhr im Gasthof Kreuz
Unser Gast: **Edith Hofmann**

Donnerstag, 11. April 2019 um 14. 30 Uhr im Gasthof Kreuz
Unser Gast: **Arthur Vifian**

Donnerstag, 09. Mai 2019 um 14. 30 Uhr im Gasthof Kreuz
Unser Gast: **Christian Wissmann**

Donnerstag, 13. Juni 2019
Spezial-Stamm Einladung folgt

Seniorenessen



Das Seniorenessen wird durch den Frauenverein Konolfingen organisiert. Jeweils **Donnerstags um 12 Uhr** wird im reformierten Kirchengemeindehaus ein vollständiges Menü inklusive eines Getränks, Kaffee und Dessert zum Preis von Fr. 15.- angeboten.

10. Januar 2019 07. Februar 2019 07. März 2019 04. April 2019

Auskunft & Anmeldung: Ruth Wasem, Telefon 031 791 00 61